

Onko sinun kuntasi hyvä TULE-kunta?

Askelmerkit tuki- ja liikuntaelinongelmien ratkomiseen kunnassa

Tuki- ja liikuntaelinterveyden edistäminen (TULE-terveys) on kunnan päättäjien tehtävä. Selkä- ja nivelongelmat, murtumat ja muut TULE-ongelmat vaikeuttavat kuntalaisten arkista elämää, ajavat toimeentulovaikeuksiin, yksinäisyyteen ja ennenaikaiselle työkyvyttömyyseläkkeelle. Kunnille TULE-ongelmat tarkoittavat saamatta jääneitä veroeuroja ja luovat mittavia kustannuksia. Pelkästään työikäisille Kela korvaa vuosittain 4,2 miljoonaa TULE-sairauspäivää.

Ennaltaehkäisy, ajoissa aloitettu hyvä hoito ja kuntoutus voivat osaltaan estää sairauslomia, kalliita leikkauksia, ennenaikaisia työkyvyttömyyseläkkeitä ja hoivan tarvetta. Edistämällä kuntalaisten toimintakykyä vähennetään kunnan tulevia kustannuksia ja vahvistetaan koko kunnan elinvoimaa.

Kun väestö ikääntyy, TULE-terveydestä huolehtiminen käy kunnissa entistäkin ajankohtaisemmaksi. Samalla on välttämätöntä pitää huolta myös työikäisten sekä lasten ja nuorten luuston, lihasten ja nivelten terveydestä. TULE-ongelmat ovat yhteydessä mm. diabetekseen, sydän- ja verisuonitauteihin sekä masennukseen. TULE-terveyden ylläpitäminen helpottaa arjessa pärjäämistä ja ennaltaehkäisee muita sairauksia.



Fiksu kunta ottaa kuntalaisten tuki- ja liikuntaelinongelmat vakavasti ja edistää TULE-terveyttä suunnitelmallisesti yli toimialarajojen.

Mitkä näistä askeleista toteutuvat jo omassa kunnassasi?

Mitä edistätte seuraavaksi?

- TULE-terveyden edistäminen näkyy kunnan hyvinvointisuunnitelmassa ja -kertomuksessa.
- Hyvinvointikertomuksen tavoitteisiin on kirjattu indikaattorit TULE-terveydestä.
- Ikääntyneiden kuntalaisten toimintakyvyn turvaamiseen on laadittu suunnitelma ja heille tarjotaan aktiivisesti ilmaisia tai edullisia liikuntamahdollisuuksia.
- Kunnan terveydenhuollossa panostetaan ihmisen omien voimavarojen tukemiseen, selkeisiin ja yksilöllisiin hoitopolkuihin sekä kuntoutukseen.
- Terveydenhuollossa mahdollistetaan moniammatillinen työ TULE-ongelmien ratkomiseksi.
- Arjen elinympäristö tukee kuntalaisten toimintakykyä. Tämä tarkoittaa mm. esteettömyyttä, puistonpenkkejä, joille istahtaa sekä valaistuja ja hoidettuja kevyen liikenteen väyliä.
- Kunnassa on tarjolla monipuolisia ulkoliikuntamahdollisuuksia.
- Kunnassa on tarjolla matalan kynnyksen liikuntaneuvontaa.
- Kunta tukee potilasyhdistysten toimintaa.